



أسواق السلام
aswak assalam

Du 20 décembre au 12 janvier 2020
www.aswakassalam.com



ÉDITION SPÉCIALE | 21^{ÈME} ANNIVERSAIRE



RECETTE
DINDE FARCIE

à La Marocaine
PAR CHEF SIMO

CARTES DE FIDÉLITÉ
DES AVANTAGES SUR-MESURE

10 ASTUCES

POUR NE PAS GROSSIR
CET HIVER. NABIL LAYACHI

SPÉCIAL ANNIVERSAIRE
DES OFFRES IMBATTABLES
À DÉCOUVRIR !

وصلاها
150 درهم
مع مومو

جرب حظك، حك وربح

600.000
درهم
قسائم شراء للربح



génération nature



Faites de vos repas des instants
de convivialité et de prestige
avec une bouteille créée par

Richard Lahlou

OFFRES EXCLUSIVES CARTES DE FIDÉLITÉ

COLLECTION HIVER



PRIVILEGES FIDÉLITÉ

Ramdez +
Immédiate
-5%
Avec votre
carte de fidélité

Ramdez +
Immédiate
-10%
Avec votre
carte GOLD

*Remises valables du 20 au 31 décembre 2019,
non applicables sur les articles en promotion.

*Remises valables du 20 décembre au 12 janvier 2020,
non applicables sur les articles en promotion.

LES JOUETS



PRIVILEGES FIDÉLITÉ

Ramdez +
Immédiate
-10%
Avec votre
carte de fidélité

Ramdez +
Immédiate
-15%
Avec votre
carte GOLD

JEU ANNIVERSAIRE ASWAK ASSALAM
Du 20 décembre au 10 janvier 2020

وصلها
150 درهم

جرب حظك، حاك وربح



Recevez
une carte
à gratter
en caisse pour 150 DH
d'achats effectués.
Il suffit de gratter pour
découvrir si votre carte
est gagnante et tenter
de remporter un bon
d'achat de 100DH, 200DH,
500DH, 1000DH, 2000DH,
5000DH, 10000DH.
Jusqu'à 600.000 DH
de bons d'achat
à gagner.

Règlement affiché en magasin.



CRÉDIT
100%
GRATUIT*

PRODUITS ÉLECTROMÉNAGERS

FRAIS DE DOSSIER OFFERTS
POUR LES CLIENTS PORTEURS
DE LA CARTE DE FIDÉLITÉ



Du 20 au 31 décembre 2019
* Voir conditions en magasin

SUIVEZ-NOUS sur www.aswakassalam.com et sur [f](https://www.facebook.com/aswakassalam) [i](https://www.instagram.com/aswakassalam) 0520 393 393

Horaires d'ouverture des magasins ASWAK ASSALAM : de 09h00 à 22h00 - 7J/7

Les offres de ce catalogue sont valables du 20 décembre 2019 au 12 janvier 2020 et jusqu'à épuisement des stocks. Les prix affichés dans ce catalogue sont en TTC sous réserve d'erreur d'impression et les photos utilisées ne sont pas contractuelles.

VOTRE FIDÉLITÉ RÉCOMPENSÉE

Cumulez des points et gagnez des chèques cadeaux grâce à votre carte de fidélité.
Plus d'informations au stand fidélité de votre magasin.

Adresses des magasins ASWAK ASSALAM

CASABLANCA
1. Chiffon, Yassin
Route Oudjda Zaira
Tél: 0520 20 14 00

MOHAMEDIA
Boulevard Hassan II
Tél: 05 20 32 67 65

TENAFIA
441 Ibn Khaldoun
Avenue Hassan II,
Ave Allig PST
Tél: 05 37 61 16 08

RABAT
Avenue Mouh El Bahana
Hay Ryad ancienne Casa-Fas
Tél: 0537 71 26 29

KENITRA
Rue de la ville de Rabat
Quartier Bir Rana
Tél: 0537 57 02 46

TANGER
Rue de l'Inde
Rond point Zaira
Tél: 0539 66 46 11

OUJDA
Rue d'Argine Lobbessent
A. Bouchara
Tél: 0536 66 12 60/67

MARRAKECH
GUELIZ
Avenue Hassan II
Gueliz
Tél: 0524 44 90 56/57 58

MARRAKECH
BAB DOURKALLA
Angle bd 11 janvier + bd prince
Moulay Abdallah Ben Doukalla
Tél: 0524 43 10 04

ESSAOUIRA
Boulevard R. Mouss
Quartier Sharif
Tél: 0524 78 50 51

ESSAOUIRA EL JADIDA
Km 10, Route nationale d'Agadir (SHAZOUA)
Au côté de l'Université Cadi Ayyad
Tél: 0524 762920

AGADIR DAKRA
DP 40 c/o Dakra
Tél: 0524 21 66 56/57/58

AGADIR TALBOURT
Avenue Hassan II
Quartier Talbourt
Tél: 0528 83 00 46

RABAT AL FATH
Avenue Al Naji, Hay Al Fath
Tél: 0537 20 67 00 / 01 / 75

DES AVANTAGES «SUR-MESURE» POUR RÉCOMPENSER VOTRE FIDÉLITÉ

MERCI POUR VOTRE FIDÉLITÉ,

Nous fêtons cette année, le dixième anniversaire du lancement de notre programme de fidélité. Un programme auquel ont adhéré 1,3 million parmi vous. Nous fêtons les 10 ans de votre fidélité, nous fêtons les 10 ans de votre confiance. Nous sommes heureux de vous compter parmi nos clients et fiers de l'intérêt que vous nous portez en faisant vos courses dans nos hypermarchés. La confiance dont vous nous témoignez nous incite à toujours mieux et plus vous satisfaire. Sachez que chez Aswak Assalam, VOTRE satisfaction est NOTRE plus grande récompense. Sachez aussi que c'est pour nous un véritable plaisir de vous accompagner au quotidien. Afin de vous remercier pour ces dix ans passés à notre côté, nous sommes heureux de vous offrir encore plus de réductions, de promotions et plein de cadeaux...

Merci pour votre confiance.

L'ÉQUIPE ASWAK ASSALAM



Il y a dix ans, nous avons lancé le programme « Aswak Fidélité » pour récompenser votre fidélité et préserver les liens privilégiés qui nous unissent.

Nous vous proposons quatre cartes différentes vous permettant l'accès à une large gamme de réductions, de promotions et de privilèges « sur-mesure » ... tout cela avec un seul objectif :

Mieux vous servir



LA CLASSIQUE

Avec la carte classique, destinée aux familles et personnes ayant l'habitude de faire leurs emplettes aux rayons de nos magasins, vous profitez d'avantages, de bons plans exclusifs et d'offres promotionnelles personnalisées toute l'année. Le principe d'utilisation est simple : chaque achat vous fait gagner des points. Ces points se transforment en chèques cadeaux (5.000 points = 1 chèque de 50 DHS).



LA GOLD

Cette carte est conçue pour remercier et récompenser nos clients les plus fidèles qui nous rendent très souvent visite. Nous leur accordons un soin particulier et des avantages exclusifs. La Gold vous permet de bénéficier non seulement de chèques cadeaux mais aussi de bonifications supplémentaires. Cette carte vous accorde aussi le privilège de passer par une caisse réservée pour vous et d'être assisté par un caddie boy jusqu'à votre véhicule. Et la liste des avantages n'est pas exhaustive...



L'CARNET

Pour les entreprises qui souhaitent faire bénéficier leurs collaborateurs d'un réel avantage social, Aswak Assalam propose la carte de fidélité L'Carnet, une carte de paiement en différé qui permet aux détenteurs de faire leurs courses, ne les payer qu'à la fin du mois et sans intérêts.



FIDEL'LEBLAD

Vous êtes MRE ? Aswak Assalam a pensé à vous ! Elle vous a réservé une carte de fidélité spécialement conçue pour vous. Sur l'ensemble de vos achats, cette carte vous octroie le droit de profiter d'un ensemble de réductions immédiates lors de votre passage à la caisse.



La plus ★ belle des tables





6 كؤوس 49^ش
6 verres à pied **DIAMAND 34^ش**



6 كؤوس 89^ش
6 verres à pied **69^ش**



فاؤرة زجاجية 4لتر 129^ش
Distributeur de boissons 4L **CACTUS 89^ش**



مجموعة كؤوس • فاؤرة زجاجية
Service 7 pièces :
carafe + 6 verres à eau **109^ش**
69^ش

*Cette carafe
tout en rondeur
et au design épure
apportera une touche
d'élégance
à votre table*



فاؤرة زجاجية 99^ش
Carafe à jus **69^ش**



فاؤرة زجاجية 400ملل
Bouteille avec paille
400ml
CACTUS 17^ش
12^ش

99^ش
69^ش



Ensemble 3 tajines
en porcelaine avec
support bamboo **189^ش**
119^ش

Ensemble 3 pots en porcelaine
pour sauces au épices avec
couvercle et support bamboo



99^ش
79^ش

صحن لوحة
Plateau en ardoise
rond ou rectangulaire
avec anses

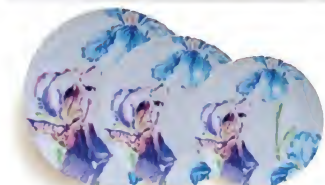
89^ش
69^ش



مجموعة أواني
Vaisselle effet bois EVELIN

A partir de

8 DH
95



Assiette plate ronde en porcelaine 16cm : 14,95 **10,95dh**

20cm : 16,95 **13,95dh**

26cm : 24,95 **19,95dh**



Articles carrés en porcelaine

Assiette sous bol 15cm : 12,95 **7,95dh** - Assiette dessert 20cm : 15,95 **9,95dh** -

Assiette 24cm : 19,95 **12,95dh** - Assiette 26cm : 25,95 **16,95dh** - Bol 14cm :

14,95 **10,95dh** - Saladier 16cm : 14,95 **9,95dh** - Saladier 22cm : 25,95

19,95dh - Ensemble 6 tasses et sous tasses à café : 99,95 **79,95dh** -

Ensemble 6 tasses et sous tasses à thé : 159,95 **129,95dh**



Assiette plate rectangulaire divers motifs

Petit modèle : 19,95 **15,95dh**

Grand modèle : 29,95 **22,95dh**



279^{mm}

189^{mm}

مجموعة أواني للطبخ

Pack de cuisson : 3 éléments

Diam : 22cm

BONERA



5x كاسرول

Pack de 5 casseroles

BONERA

289^{mm}

199^{mm}

Partagez
Aimez
Savourez

NOUVEAU



POUR LES GRANDES FAIMS



IDÉES DÉCO À FAIRE SOI-MÊME

POUR UNE FÊTE DE FIN D'ANNÉE SPÉCIALE

La fête de fin d'année c'est aussi une occasion pour oser sa créativité. Pour des moments agréables en famille, optez pour des activités manuelles et des décorations 100% fait main simples, ludiques et en plus économiques. Tour d'horizon sur quelques idées originales pour fêter l'arrivée de l'an 2020 comme il se doit !

Bougies parfumées, boules et bonhommes de neige, cartes de vœux, cadres photos... tant d'articles et de décorations que ne pouvons concocter nous-mêmes avec de la récup et de simples fournitures et accessoires pour une personnalisation des créations.

DES BOUGIES PARFUMÉES ORIGINALES

Pour créer ses propres bougies, faites fondre la cire à bougies au bain marie. Ensuite, ajoutez-y quelques gouttes d'une huile essentielle. Le liquide sera versé par la suite dans un récipient dédié. Verre, pot de yaourt, conserve, ou encore des pots de confitures et de compotes... les idées de recyclage ne manquent pas. Pour installer les mèches, l'idéal est de les nouer au centre de pics à bois qui seront suspendus dans le bocal. Laissez refroidir et durcir la cire avant de couper l'excès de mèche et allumer sa bougie.



UNE NEIGE ARTIFICIELLE EST POSSIBLE

Pour réaliser sa propre neige artificielle, il faut se munir d'un paquet de 800 g de bicarbonate alimentaire, une bombe de mousse à raser et un bol. Videz l'intégralité de la bicarbonate alimentaire dans le bol ensuite ajouter peu à peu de la mousse à raser. Le mélange peut se faire à l'aide d'une cuillère ou à la main jusqu'à obtention du bon dosage. Quand votre neige ne colle plus aux doigts et peut former une boule, c'est qu'elle est prête.



DES FLOCONS DE NEIGE

La démarche est simple. Il suffit de découper une feuille en carré, le plier en 2 puis en 4 jusqu'à former un triangle. A partir de ce triangle, découpez de petits bouts de papiers. Dépliez et jugez vous-mêmes. Plus il y aura de trous, plus le résultat sera meilleur.



DES CADRES PHOTOS PERSONNALISÉS

Pour fabriquer votre propre cadre, vous aurez besoin de quatre lignes de colle et un ruban adhésif qui doit être coupé plus grand que les morceaux de bois. Il faut bien le coller dessus. Les quatre lignes doivent être assemblées par la colle à bords de manière l'opposée et faisant un excédent de la même dimension à chaque coin. Découpez après votre photo et collez-la à l'intérieur du cadre. Pour une meilleure touche de personnalisation, munissez-vous des restes d'un papier cadeau que vous utiliserez plus et coupez-le en bandes de différentes tailles. Placez ensuite quatre fois dans le sens de la longueur et enroulez les afin d'obtenir un encadrement qui peut être placé dans votre cadre photo.



UN PLIAGE DE SERVIETTES DE TABLE POUR PLUS D'ÉLÉGANCE

Un pliage de serviette réussi va apporter sans doute un aspect élégant et sophistiqué à votre table de fête. Voici les plisages de serviettes classiques comme le pliage triangle ou sapin, mais pouvez aussi faire un ruche papillon, utiliser un tissu carré plié et maintenu avec un ruban élastique ou thème de votre décoration ou encore rassembler toutes les serviettes du centre de la table sous forme d'une fleur géante. Autre méthode simple et facile à réaliser : enrouler une serviette et la maintenir à l'aide d'un rond ou serviette spéciale thème de fin d'année.

Bougies coups de coeur



49⁹⁹
29⁹⁹

شمع
Bougie Humeur



59⁹⁹
29⁹⁹

شمع
Bougie Bohème
petit modèle



شمع
Brûle parfum
avec cire parfumée

59⁹⁹
29⁹⁹



شمع
Bougie Maman



69⁹⁹
49⁹⁹



شمع
Bougie sous cloche

79⁹⁹
49⁹⁹

*Un doux parfum
de musc blanc,
apaisant et relaxant,
parfait pour
une salle de bain
ou une petite pièce*



شمع
Bougie parfumée

59⁹⁹
29⁹⁹



149⁹⁹
89⁹⁹

Lot de 3 chandeliers
ANNITEX



A partir de
29⁹⁹

مزهريه
Vase plusieurs modèles

Univers enfants

A partir de

39 ^{DH}/₉₅

Ours en peluche
divers modèles



24 ^{DH}/₉₅

Cadre décoratif en verre
My Little Market



19 ^{DH}/₉₅



Cadre photo
métal cuivré 13x18cm
ou doré 10x13,95cm



59 ^{DH}/₉₅



Cadre pêle-mêle à 4 photos



7 ^{DH}/₉₅

Tirelire divers modèles



349 DH 95

799 DH 95
499 DH 95

دراجة نارية قابلة للشحن
Moto rechargeable



1199 DH 95
1099 DH 95

سيارة قابلة للشحن
Voiture rechargeable

599 DH 95
499 DH 95

دراجة نارية
Moto d'équilibre



19^{DM}₉₅Carnet de notes,
flamant rose
A5**39^{DM}₉₅**Carnet de notes
à élastique A5**129^{DM}₉₅**Notebook A5 **119^{DM}₉₅****139^{DM}₉₅****129^{DM}₉₅**

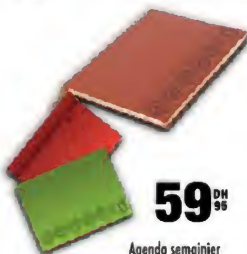
Notebook A4

**89^{DM}₉₅****69^{DM}₉₅** Agenda A4

*Qu'on adore !
Une collection de livres
tout-carton et pleins d'images
pour faire découvrir aux
bébés jusqu'à 5 ans
les gestes du quotidien*

**20^{DM}₉₅**Livre
de la collection
LA VIE DES BÉBÉS**59^{DM}₉₅**

Agenda semainier



Agenda A5

89^{DM}₉₅



100% Chio quality



100% Chio quality

- Sans arômes artificiels
- Sans conservateurs ajoutés
- Sans colorants artificiels



Le plein de gourmandise

123^{DH}
99 95



شكلاطة 250غ
Mégaboule LINDOR
contenant 20 chocolats au lait
250g
LINDT



75^{DH}
66 95

GRATUIT
CHOCOLAT
LINDOR 38G

شكلاطة 200غ
Chocolat LINDOR - 200g diverses saveurs
LINDT



شكلاطة 100غ
Ours chocolat
au lait 100g
LINDT

45 95



48^{DH}
43 50

شكلاطة 150غ
18 pralines à la noix de coco - 150g
RAFFAELLO - FERRERO



شكلاطة 200غ
Création dessert
Ballotin 200g
LINDT

101 95



شكلاطة 195غ
Assortiment de chocolats
Swiss Luxury Selection - 195g
LINDT

147 95



شكلاطة 200غ
Boîte de 16 chocolats - 200g
FERRERO ROCHER

72^{DH}
57 50



176 95
Chocolats au lait 482g
ou assortis 469g
CHAMPS-ÉLYSÉES
LINDT



شكلاطة 200غ
Truffes -200g
diverses saveurs
CÉMOI - JACQUOT

41
37 DH 50



35 DH 95
شكلاطة 110غ
Assortiment de chocolats 110g
DIAMANTS



شكلاطة 400غ
Assortiment de chocolats 400g
MAUXION

69 DH 95



شكلاطة 250غ
Assortiment de bonbons et chocolats -250g
WITOR'S

47
39 DH 90



شكلاطة 145غ
Assortiment de chocolats
COLLECTION 145g
MACAO

47 DH 90



شكلاطة 200غ
Chocolat NOUGATINE 200g
MACAO

55 DH 90



*L'incontournable boîte
garnie d'un large assortiment
fin et coloré
de chocolats et de caramels
À offrir ou à s'offrir !*

81 DH 90

Assortiment de chocolats 375g
QUALITY STREET



شكلاطة 200غ
Assortiment de bonbons et chocolats -200g
GALAXY JEWELS

59
44 DH 90



شكلاطة 280غ
Assortiment riche de
chocolats 280g
MACAO

53 DH 90



شكلاطة 300غ
Chocolat PETIT ROCHER 300g
MACAO

73 DH 90



Mille et une saveurs



**FAIT
MAISON**



Bûche pomme-caramel
Mousse au lait, pomme, caramel,
biscuit croquant



Bûche Royale
Mousse chocolat noir,
biscuit croquant



Bûche fraicheur
Mousse fromage, coulis framboise,
biscuit croquant, vanille

Bûches différentes saveurs

6 personnes : **95,95dh**

8 personnes : **125,95dh**

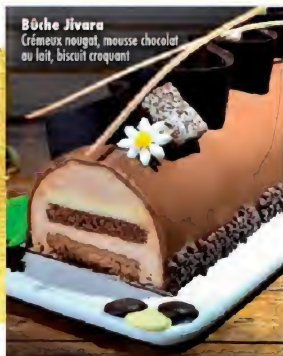
10 personnes : **149,95dh**



Bûche citron
Mousse citron, coulis framboise,
biscuit croquant, framboises



Bûche framboise
Mousse fromage, coulis framboise,
biscuit croquant, framboises



Bûche Jivara
Crèmeux nougat, mousse chocolat
au lait, biscuit croquant



Mix
الانتعاش



35 KCAL
/ 100 ML





2 DH 95

Barre à la pâte de dattes 30g
diverses saveurs



49 DH 95

Miel nature
multi-fleurs 500g
JANIS



181 DH 50

حليب مجفف 2,5 كغ
Poudre de lait 2,5kg
NIDO

GRATUIT
NESQUIK
250G



Lot de 2 poudres chocolatées
Nesquik 250g
NESTLE

37 DH 50

50%
SUR LE 2^{ème}



25 DH 95

حبوب للإفطار 1 كغ
Corn Flakes Classic 1 kg
OBST



4
ACHETÉS
GRATUIT

Pack de 5 barres
de chocolat OREO 180g
MILKA

21 DH 50



3x مادلين 90g
Lot de 3 paquets de 12 madeleines
NOHA

19 DH 90



GRATUIT
2 THÉS
100G

شاي 200 غ 2x
Lot de 2 thés verts 200g
MIAZ

30 DH 95



قهوة 90 غ
Café soluble 90g
JANIS

19 DH 95



GRATUIT
+25%

قهوة 250 غ 2x
Lot de 2 cafés 250g
CARTE NOIRE

58 DH 95



مشروبات تمنحك الدفء في الشتاء



مع حلول فصل الشتاء و انخفاض درجات الحرارة، نحتاج إلى بعض المشروبات الصحية التي تساعد على تدفئة الجسم وتزويده بالطاقة اللازمة لمقاومة الشعور بالبرد.

كثيرة هي المشروبات التي تساعد على الشعور بالدفء خلال فصل الشتاء.

الشاي والقهوة:

من المشروبات الفعالة بشكل خاص في رفع درجة حرارة الجسم، فالقهوة تمتاز بحرق الدهون من خلال وجود الكافيين، الذي ينتج الطاقة وبالتالي الحرارة اللازمة للتدفئة. أما الشاي، فيعرف بخصائصه المضادة للأكسدة ويحفز إفراز مادة النورادريلارين التي تساعد بدورها في مقاومة الشعور بالبرد.

الزنجبيل والحلبة:

يمكن تناولهما مع كوب من الماء أو خلطهما مع الحليب الدافئ. ملعقة صغيرة من إحدى هذه المواد كافية لتنشيط الدورة الدموية وبالتالي ارتفاع درجة حرارة الجسم بعد دقائق من الإستهلاك.

الزنجبيل:

بعد الزنجبيل بدوره مدفئ طبيعي للجسم. وُضِعَ في الطعام أو تناوله كمشروب يساهم بشكل كبير في تزويد الجسم بالطاقة المطلوبة لمقاومة برودة الطقس.

الشوكولاتة الساخنة:

من أهم الأطعمة الغنية بالكافيو والتي تمد الجسم بالطاقة والدفء.

مشروبات الأعشاب الساخنة:

يفضل التركيز على شرب مغلي الأعشاب التالية: كالروزة، النعنع والزعتر التي تمنح الجسم الدفء اللازم والراحة النفسية التي تقاوم الإصابة بكآبة الشتاء الشائعة في هذا الفصل.



نصيحة

إن أهم ما يجب أن يتناوله الإنسان في فصل الشتاء هو الماء. فشربه بكميات كافية يعمل على تسهيل عملية تدفق الدم و وصوله لأطراف مما يمنع الشعور بالتجمد.

جر كفا
تجر كلك!



ORANGINA
et sa pulpe!





نكتار 1 لتر
Nectar 1L
Divers parfums
VALENCIA

10 DH 95



مشروب 1 لتر
Boisson 1L
Orange & mandarine
MARRAKECH

7 DH 95



مشروب البرتقال 1 لتر
Boisson à la pulpe d'orange 1L
JANIS

7 DH 95



مشروب فواكه 250 ملل
Boisson à base de fruits 250ml
PROUD

3 DH 95



نكتار 250 ملل 6x
Pack of 6 nectars 250ml
MARRAKECH

9 DH 95



ماء المائدة 1,5 لتر
Eau de table 1,5L
Rabat-Temara-Kenitra-
Casablanca-Mahammedia : **8,50dh**
Oujda-Tanger : **9,50dh**
AMANE SOUSS

7 DH 95



ماء معدني 1,5 لتر
Eau minérale 1,5L
MONDARIZ

5 DH 50



مشروب غازي 1 لتر
Boisson gazeuse 1L
Divers parfums
BANGA

7 DH 70



مشروب شعير 330 ملل
Boisson à base de malt
330ml - divers parfums
BAVARIA

15 DH 50



مشروب طاقي 25cl
Boisson énergétique 25cl
RED BULL

15 DH 95



دقيق 10 كلغ
Farine de luxe 10kg
ALITKANE

44 DH 50

GRATUIT
FARINE LUXE
2KG

48 DH 95

دقيق 5 كلغ
Farine finot 5kg
MAYMOUNA

دقيق 5 كلغ
Farine fleur 5kg
MAYMOUNA

28 DH 95

GRATUIT
FARINE LUXE
AMBRE 5KG



85 DH 50

دقيق 10 كلغ
Farine finot 10kg
KENZ

GRATUIT
FARINE FLEUR
5KG



صحن 3x500
Lot de 3 pâtes courtes 500g
TRIA

20 DH 50

2 ACHETÉS
GRATUIT



كمكسر 1 كلغ 3x
Lot de 3 couscous 1kg
TRIA

28 DH 60

2 ACHETÉS
GRATUIT



3 DH 50

شعرية صينية 100 غ
Vermicelle de chine 100g
JESSY'S



شعرية 500 غ 2x
Lot de 2 spaghettis 500g
DALIA

12 DH 50

1 ACHETÉ
GRATUIT



Lasagne 500g
GALLO

27 DH 50



16 ضامة البنية
Lot de 16 cubes de bouillon
savour boeuf et safran
IDEAL

12 DH 50

granoro®

il Primo



LES VRAIES PÂTES ITALIENNES





DEPUIS 1936

Gagnant
Catégorie
Sauce



Nous prenons le goût au sérieux.



63 DH 95

زيت المائدة كالتز
Huile de table 5L
AFIA

GRATUIT
HUILE DE
TABLE 50CL



68 DH 95

زيت المائدة 5ل
Huile de table 5L
HUILOR

TOMBOLA

**PARTICIPEZ ET
TENTEZ DE GAGNER
14 Réfrigérateurs**

À l'achat de HUILOR 5L

42 DH 95

5
ACHETES
GRATUIT



علبة تونة 80 غ
Lot de 6 boîtes de thon 80g
sauce tomate ou huile végétale
ISABEL



21 DH 50

3 علب فطر 184 غ
Lot de 3 boîtes
de champignons coupés 184g
BONHEUR

22 DH 50



مايونيز 230 غ + كيتشوب 300 غ + موطارد 260 غ
Mayonnaise 230g + Ketchup 300g + Moutarde 260g
PIKAROME

15 DH 50



خل أبيض 50 سمل + خل بالخمير 50 سمل
+ خل 50 سمل
Vinaigre blanc 50cl + vinaigre citron 50cl
+ vinaigre Dessoux 50cl
PIKAROME

24 DH 95



Olives 37cl + Cornichons 37cl + Sauce harissa 21cl
STAR



3 علب تونة 80 غ
Lot de 3 boîtes de thon 80g
à la sauce tomate
ou à l'huile de tournesol
JANIS

20 DH 95



3 علب ذرة 140 غ
Lot de 3 boîtes de maïs 140g
JANIS

19 DH 95



169^{٢٢}
124^{٥٥}

كبد البط الدهني 140غ
Bloc de foie gras
de canard mi-cuit 140g
F. KABBAJ



31^{٢٢}
19^{٥٥}

عصيات سموري
Bâtonnets de surimi
saveur crabe 200g
DEL PACHA

40^{٢٢}
32^{٥٥}



سلمون مدخن 150غ
Miettes de saumon fumé 150g
LE PETIT PÊCHEUR

52^{٢٢}
43^{٥٥}



شرائح السلمون 100غ
Filets de saumon fumé 100g
LES DOMAINES



29^{٢٢}
19^{٥٥}

قطع دجاج مغلف بمقبق الخبز 300غ
Nuggets de poulet pané 300g
PERDIX



30^{٢٢}
24^{٥٥}

بيتزا 350غ
Pizza Margarita 350g
GOLDY



حلوى منلجة 900ملل 2x
Lot de 2 bâches glacées
vanille-chocolat et vanille-fraise 900ml
YASMINA

34^{٥٥}



39^{٥٥}
بطاطس للفني 2.5كلغ
Pommes frites 2,5Kg
MARQUISE



قمرون مقشر 800غ
Crevettes décortiquées 800g
JANIS **39^{٥٥}**




Le Petit Pêcheur
PRESTIGE

Saumon

mia mia

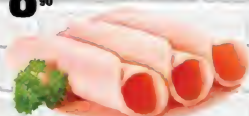
مِيَّة مِيَّة، المذاق
اللي عزيز عليا



منتجات لا مثيل لها من
الجبنه الغنية والكريمة اللذيذة



8^{DH}
70



نشرائح الديك الرومي 100غ
Filet de dinde fumé 100g
KOUTOUBIA

8^{DH}
70



فخذ الديك الرومي 100غ
Cuisse de dinde fumée au poivre noir 100g
KOUTOUBIA

10^{DH}
20



سلامي 100غ
Salami de dinde 100g
KOUTOUBIA

94^٢
66^{DH}
95



زبدة بالكيلو
Beurre importé au kg

19^{DH}
95

مارجرين 500غ + 250غ
Lot de 2 boîtes de
margarine 500g + 250g
LA PRAIRIE



16^٢
8^{DH}
50

جبن 100غ
Tranches de Fromage
Edam ou Maasdam ou Gouda 100g
OR BLANC



12^٢
10^{DH}
95
Jebli 190g
CENTRALE

Fromage Maasdam ou
Gouda nature 100g



13^٢
8^{DH}
95

Fromaasj

Fromage Baby Edam 850g



99^٢
75^{DH}
80



GRATUIT
8 PORTIONS CRÈME
FROMAGE ROUGE

TOMBOLA

**PARTICIPEZ ET
TENTEZ DE GAGNER
1 Réfrigérateur**

À l'achat d'un produit LA VACHE QUI RIT

جين 32 قطعة 8+ قطع باغيان
32 portions de fromage fondu
LA VACHE QUI RIT

36
DH 95

جين 64 قطعة
64 portions de fromage fondu
OR BLANC

48
DH 95



باغورت 8x 110 غ
Pack de 8 pots de yaourt 110g
Divers parfums
KIRI

19
DH 50

15
DH 50

جين طري محلى 8x 85 غ
Pack de 8 pots de fromage
nature sucre 85g
Fraise ou orange-chocolat : **18,95dh**
PERLY - JAOUA



23
DH 95

فلان 12x 80 غ
Pack de 12 pots de flan DANETTE 80g
Double saveur - framboise
DANETTE - DANONE



20
DH 95

باغورت 8x 170 غ
Pack de 8 pots
de yaourt à boire
DAN'UP 170g
Divers parfums
DANONE



39
DH 95

Crème fraîche 1L
PUCK



46
DH 95

حليب 6 خبيصة
Pack de 6 paquets
de lait UHT entier 1L
JAOUA



16
DH 50

pâte surgelée brisée ou sablée 500g
GOLDY

لماذا يجب إنقاص كمية الملح من طعامنا

يتكون ملح الطعام من 60٪ من مادة الكلور و 40٪ من مادة الصوديوم وتعتبر هذه الأخيرة من الأملاح المعدنية الضرورية للجسم. إلا أن جميع الدراسات تؤكد بأن ما نتناوله يتجاوز بكثير احتياجات الجسم، مما يزيد من خطورة الإصابة بمجموعة من الأمراض كارتفاع الضغط الدموي، أمراض القلب والشرائين، أمراض الكلى وسرطان المعدة.

تنصح منظمة الصحة العالمية بعدم تجاوز 5 غرامات من الملح (ما يوازي ملعقة صغيرة من الملح) يوميا إلا أن بعض الدراسات تؤكد على أننا ندخل إلى الجسم ما يزيد عن 12 غراما يوميا. لهذا تنصح بالابتعاد ما أمكن عن إضافة ملح الطعام بشكل كبير وإلى كل الأطعمة.

فالإكثار من تناول ملح الطعام يعني إدخال كمية كبيرة كذلك من مادة الصوديوم والذي يؤثر بشكل خطير على أعضاء الجسم في حال تجاوز الكمية المسموح بها في اليوم.

وللأسف فمادة الصوديوم توجد كذلك في الكثير من الأغذية الطبيعية والتي يمكن أن تسد احتياجاتنا اليومية إذا احتزمنا التوازن الغذائي والتنوع في الأطعمة. ونذكر فقط أن الصوديوم كملح معدني له أدوار مهمة في حياتنا. لذلك فعدم سد الحاجيات اليومية غير جيد كذلك.

يتواجد الصوديوم بكثرة في بعض الأغذية المصنعة وفي بعض الأحيان لا يكون مرتبطا بالضرورة بالمذاق المالح. فبعض المشروبات الحلوة مثلا تحتوي على مادة الصوديوم لكن طعمها حلو لأن المذاق المالح مرتبط بجمع المكونين الصوديوم والكلور ببعضهما.

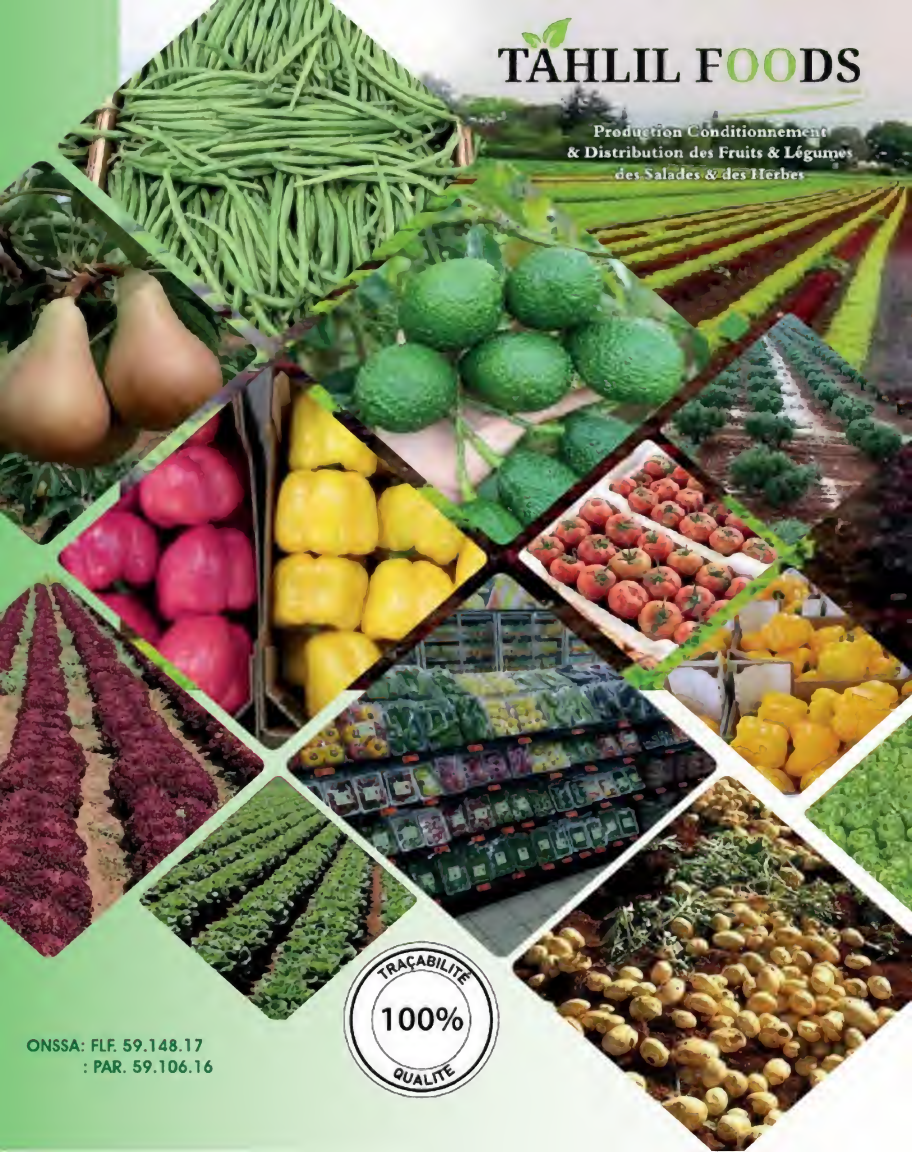
أكد أن الملح له دور في تغيير مذاق بعض الأطعمة. لكن لا يجب أن ننسى أن إضافة الملح بكمية كبيرة قد تخفي المذاق الحقيقي للغذاء وبالتالي قد يفتاد الشخص على المذاق المالح وخصوصا الأطفال وبالتالي رفض الأطعمة بطعمها الحقيقي.

نبيل العياشي
أخصائي التغذية



TAHLIL FOODS

Production Conditionnement
& Distribution des Fruits & Légumes
des Salades & des Herbes



ONSSA: FLF. 59.148.17
: PAR. 59.106.16





سلطة روكيت 100 غ
Salade roquette 100g
TAHLIL FOODS

9 DH 95



سلطة بروكسل 250 غ
Chou de bruxelle 250g
TAHLIL FOODS

7 DH 95



طماطم صغيرة 250 غ
Tomate cerise rouge 250g
TAHLIL FOODS

5 DH 95



طماطم صغيرة 250 غ
Tomate cerise jaune 250g
TAHLIL FOODS

5 DH 95



فلفل حار 250 غ
Piment piquant 250g
TAHLIL FOODS

3 DH 95



بطاطس صغيرة 500 غ
Pomme de terre grenaille 500g

6 DH 95



بروكولي 1 كغ
Brocoli au kg

17 DH 95



فطر طري 250 غ
Champignon frais 250g

8 DH 95



الفول السوداني بالجبين 100 غ
Cacahuètes au fromage 100g

4 DH 79



مسنق 100 غ
Pistaches grillées 100g

14 DH 99

Noix de cajou 100g

15 DH 90

لوز 100 غ
Amandes grillées 100g

11 DH 49

Offres valables du 20 décembre au 05 janvier 2020

CONSEILS

POUR ÉVITER LA PRISE DE POIDS EN HIVER



BUVEZ

suffisamment d'**eau** (coupe faim naturel) même si vous n'avez pas soif. S'il est difficile de boire des boissons fraîches en période de froid, vous pouvez aussi consommer des infusions et des tisanes sans sucre.



ÉVITEZ

d'ajouter du **sucré** à vos boissons chaudes.



COMMENCEZ

toujours votre repas par un **fruit**.

CONSOMMEZ

une portion de **crudités** (légumes crus) de 300 g au minimum par jour.



ÉVITEZ

de mélanger **2 féculents** (lentilles, haricots blancs, ...) dans le même repas. Privilégiez les céréales complètes (pain complet, avoine, riz...) que les raffinées.



ÉVITEZ

les **aliments frits**.

MANGEZ

à votre faim

et pas plus, sans excès ni frustration, assurez-vous que votre assiette soit assez nutritive pour vous faire tenir jusqu'au prochain repas.

ÉVITEZ

de prendre un **dîner tardif** et préférez un dîner léger, une soupe de légumes par exemple, c'est bon pour la ligne et pour le sommeil.



ÉVITEZ

le **grignotage** et les sucreries. S'il est difficile de vous passer du sucre, préférez les dattes ou figues sèches aux pâtisseries.



CONTINUEZ

à **bouger** même en hiver en pratiquant une activité physique (marche, vélo, sport en salle, ...) pendant 40 mn au minimum par jour.





موز
Banane import au kg

13 ^{DH}/₉₅



مانجا
Mangue au kg

24 ^{DH}/₉₀



إجاص
Poire Rocha au kg

12 ^{DH}/₉₅



توت
Framboise 250g

7 ^{DH}/₉₅



كيبوي
Kiwi au kg

19 ^{DH}/₉₅



كأكي
Kaki import au kg

17 ^{DH}/₉₀



كوك
Noix de coco à la pièce

9 ^{DH}/₉₅



فستقال
Marrons au kg

49 ^{DH}/₉₀

Offres valables du 20 décembre au 05 janvier 2020

طاجع البنة





10 DH 95

Pack cake au chocolat Chocosito 192g
+ madeleine 192g
BIMBO

26 DH 95



20%
SUR LE PACK



20%
SUR LE PACK

Pack cake au chocolat Chocosito 192g
+ brownies Kekito 248g
BIMBO

28 DH 95



خبز صصير
Pains pistolets variés à l'unité

0 DH 95



بروش 8x
Brioche x 8

10 DH 95



Pain au chocolat x10

24 DH 95



ساندويتش شاورما
Sandwich chowarma de dinde

16 DH 95



GRATUIT
BOISSON
GAZEUSE
1L

دجاج مشوية • مشروب غازي 1 لتر
Poulet rôti

42 DH 95



GRATUIT
BOISSON
GAZEUSE
25CL

19 DH 95

مسحلية بفواكه البحر • مشروب غازي 25 سمل
Pastillo aux fruits de mer à la pièce

Bénédicta

UN SAVOIR-FAIRE DEPUIS 1907





محار
Huître à la pièce **7** ^{DH 95}



سلمون
Saumon entier au kg **89** ^{DH 95}



سمك الأخطبوط
Poulpe au kg **49** ^{DH 95}



لحرون
Crevette grise au kg **125** ^{DH 95}



خمس البقر
Foux filet de bœuf au kg **109** ^{DH 95}



دجاج صغير 2x
Coquelet x2 **34** ^{DH 95}



ديك رومي
Dinde entière au kg **33** ^{DH 95}



ضلع لحم الغنم
Côtelette d'agneau au kg **89** ^{DH 95}

Offres valables du 20 décembre au 05 janvier 2020

Trois délicieuses recettes d'hiver
concoctées par le Chef Simo
Bon appétit !

DINDE FARCIE À LA MAROCAINE

بيبي محمر باللوز محمر



CONSEIL DU CHEF SIMO :

Pour commencer la cuisson de la dinde, vous pouvez la pocher dans un bouillon de volaille bien assaisonné durant 15 à 20 minutes.



INGRÉDIENTS

- 1 DINDE DE 3 KG
- 50 CL DE BOUILLON DE VOLAILLE (MAISON)
- 2 OU 3 GROS OIGNONS BLANCS
- 1 TOMATE
- 400 G D'AMANDES POCHÉES ET GRILLÉES
- 50 G DE RAISINS SECS
- 50 G DE MIEL
- 10 CL D'HUILE D'OLIVE
- 4 GOUSSES D'AIL
- 2 FEUILLES DE LAURIER SÉCHÉES
- 2 BRINS DE THYM
- 2 BRINS DE ROMARIN
- 1 CITRON CONFIT
- 2 TRANCHES D'ORANGE
- SEL
- POIVRE

PRÉPARATION

(pour 8 personnes)

Éplucher et émincer les oignons. Couper la tomate en morceaux. Ajouter en l'état les gousses d'ail. Saler, poivrer, ajouter les herbes. Mélanger tous les ingrédients dans un grand plat. Mettre le tout au four pendant 30 mn à 120°C.

Ensuite, mélanger le citron confit, les tranches d'orange, les amandes et les raisins secs. Les assaisonner avec sel et poivre.

Mixer les 2 mélanges et farcir la dinde avec le contenu.

La cuisson de la dinde se fera en 2 temps :

1 • Arroser la dinde d'huile d'olive et du bouillon de volaille. La couvrir d'une feuille d'aluminium et la mettre au four pendant 15 min environ à 180°C ou Th.6.

2 • Ensuite, saler et poivrer la dinde, l'arroser régulièrement de jus de cuisson et de miel, la recouvrir de la feuille d'aluminium et laisser cuire pendant 2h30 environ à 170°C.

UNE RECETTE MINCEUR POUR L'HIVER

BOULETTES DE VIANDE HACHÉE FAÇON KEBAB MAGHDOUR

INGRÉDIENTS

- 500 G DE VIANDE HACHÉE DE BŒUF
- 2 OIGNONS ROUGES
- 25G DE GINGEMBRE FRAIS
- 2 GOUSSES D'AIL
- CORIANDRE
- 1 CUILLÈRE À CAFÉ DE RAS EL HANOUT
- SEL, POIVRE ET PAPRIKA DOUCE
- HUILE D'OLIVE
- HERBES DE PROVENCE
- 1 ŒUF
- CHAPELURE
- OLIVES MESLALA
- CITRON CONFIT
- COULIS DE TOMATES

PRÉPARATION

- Pelez et hachez finement l'oignon, le gingembre et l'ail.
- Faites chauffer un filet d'huile d'olive dans une poêle au feu moyen.
- Faites revenir l'oignon et l'ail hachés jusqu'à ce qu'ils soient translucides mais pas encore colorés.
- Rajoutez les herbes de Provence.
- Mélangez la viande hachée avec l'oignon et l'ail hachés, les herbes ciselées, l'œuf entier et un peu de chapelure dans un saladier. Effectuez cette opération à la main pour plus de facilité. Salez et poivrez à votre goût.
- Formez des boulettes de la taille d'une grosse noix, avec la préparation et toujours à l'aide de vos mains.
- Placez les boulettes de viande au fur et à mesure dans le tajine ou la poêle. Faites-les revenir pendant 10 minutes environ jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées. Pensez à retourner régulièrement vos boulettes afin de les cuire de manière homogène. Rajoutez les épices, le citron confit et les olives Meslala. Rajoutez le coulis de tomates, un peu d'eau et un filet d'huile d'olive pour avoir une petite sauce bien fraîche (assaisonnez au besoin).
- Servez bien chaud.



البيصارة

(حساء الفول اليابس)

المقادير

- 400 غرام من الفول اليابس مهروس
- 200 غرام من الجبنة المحضفة
- 120 ملل من زيت الزيتون
- 1 ملعقة صغيرة من الطماطم المركزة
- 8 فصوص من الثوم
- القليل من الكمون والملح والفلفل الحلو والحار
- ماء

طريقة التحضير

- في طنجرة الضغط، يوضع الفول والجبنات بعد غسلهم جيداً، ثم يضاف إليهم الثوم المقشور والكمون والملح والفلفل الحلو والطحين حسب الذوق.
- يغطى الكل بالماء.
- تغلق طنجرة الضغط، وتوضع على النار لمدة تتراوح بين 30 و 40 دقيقة.
- عندما ينضج الفول والجبنات، يصفى الخليط في الخلاط للحصول على حساء على شكل كريمي ثم يضاف إليه زيت الزيتون.
- يتخذ الطبق ساخناً وترش البيصارة بالفلفل الحار والكمون مع إضافة زيت الزيتون، كل حسب رغبة.



249=

159 DH 00



Exclusivité
aswak assalam

400
W
2ans
Garantie

خلاط كهربائي
Mixeur plongeant
BOSCH
Des technologies pour la vie



999 DH 00

جهاز لتحضير القهوة • غلاي كهربائي • محمصة خبز كهربائية

Les articles BOSCH sont disponibles dans les magasins
Aswak Assalam Rabat Ryad, Rabat Al Farh, Kénitra, Temara,
Agadir et Mohammedia

Pack cafetière • bouilloire • toasteur

2ans
Garantie

BOSCH
Des technologies pour la vie

329=

299 DH 00



350
W
2ans
Garantie

خلاط كهربائي
Blender

Moulinex



1.5
Litre
Verre
BPA
600
W



799=

499 DH 00

خلاط كهربائي • مطحنة كهربائية

Blender Optima Magnum 6 • moulin à café

2ans
Garantie

taurus

999=

849 DH 00

Centrifugeuse
Moulinex



800
W
Inox
2ans
Garantie

149=

129 DH 00



Appareil pop-corn

ELITE

2ans
Garantie

149=

119 DH 00



غلاي كهربائي
Bouilloire

ELITE

649=

499 DH 00



2200
W
2ans
Garantie

جهاز لتحضير البانيو

Grill viande / panini

taurus

taurus

ESPRESSO CE 4480 SOLA

آلة القهوة **solac**

+ MOULIN

مطحنة القهوة



2100 DH 00



مدفأة كهرتانية
Chauffage à gaz Hotspot
2ans Garantie tourus

199 DH 00



مدفأة كهرتانية
Chauffage halogène
KROHLER

3
Quarts
1200
W
1an
Garantie

مدفأة كهرتانية
Chauffage halogène
ELITE

199 DH 00



4
Quarts
1200
W
1an
Garantie

989 DH 00

799 DH 00

مكنسة كهرتانية
Aspirateur
ROWENTA



Spécie
1600
W
2ans
Garantie

699 DH 00

مدفأة كهرتانية
Poêle en fibre
de carbone Loxo



ARGO
Baignoire en céramique - 1800

2ans
Garantie

299 DH 00

249 DH 00



مكنسة كهرتانية
fer à repasser
Tefal

2000
W
2ans
Garantie

129 DH 00

99 DH 00



Tondeuse électrique
tourus

2ans
Garantie

129 DH 00

99 DH 00



مجفف الشعر
Fer à coiffer
calor

349 DH 00

199 DH 00



1800
W
2
ans
Garantie

مجفف الشعر • ملين الشعر
Sèche cheveux • lisseur
tourus

2ans
Garantie

Carolyn

Respecte la maison, Pas la saleté

UN NETTOYANT ACHETÉ

LE DEUXIÈME À 5 DH



MEGA
PROMO



**1 PROPRE
COMME NEUF EN
LAVAGE**

1499^{dh}
1199^{dh}



9 Kg
1an Garantie

CRÉDIT GRATUIT
266,56dh
x 9 mois

6 Kg
A+++
Classé
1000 Tours
1an Garantie



آلة للغسيل
Machine à laver
semi-automatique

ROYAL

2799^{dh}

2399^{dh}

آلة للغسيل
Machine à laver **ARTHUR MARTIN**

CRÉDIT GRATUIT
208,25dh
x 12 mois

2899^{dh}
2499^{dh}



8 Kg
A++
Classé
800 Tours
1an Garantie

آلة للغسيل
Machine à laver **KROHLER**



6 Kg
1an Garantie

آلة غسيل
Machine à laver top
ARTHUR MARTIN

3199^{dh}

2999^{dh}

CRÉDIT GRATUIT
249,92dh
x 12 mois

GRATUIT
7 PAQUETS DE
3,5KG DE LESSIVE
MACHINE

1799^{dh}
1599^{dh}

Exclusivité BSWAR ASSIEM

7 Kg
1an Garantie

آلة للغسيل
Machine à laver
automatique

ELITE

CRÉDIT GRATUIT
249,92dh
x 12 mois

3499^{dh}
2999^{dh}



9 Kg
A+++
Classé
1200 Tours
2ans Garantie

آلة للغسيل
Machine à laver **ROYAL**

CRÉDIT GRATUIT
249,92dh
x 12 mois

3899^{dh}
2999^{dh}



10 Kg
A+++
Classé
1400 Tours
2ans Garantie

آلة للغسيل
Machine à laver **CANDY**

CRÉDIT GRATUIT
458,25dh
x 12 mois

6999^{dh}
5499^{dh}



7kg lavage
5kg lavage
A+++
Classé
Silver
1400 Tours
1an Garantie

آلة غسيل
Lavante séchante **SAMSUNG**

236 Litres
Inox
A+
Classe
1an Garantie



3599^٨
3399 DH 00

CRÉDIT GRATUIT
283,25dh
x 12 mois

للاجرة
Réfrigérateur

ARTHUR MARTIN

TOMBOLA

**PARTICIPEZ ET
TENTEZ DE GAGNER
1 VOYAGE à DAKHLA**

À l'achat d'un article ARTHUR MARTIN

2499^٨ DH 00

CRÉDIT GRATUIT
208,25dh
x 12 mois



آلة للطبخ
Cuisinière

ARTHUR MARTIN

190 Litres
Inox
A+
Classe
2ans Garantie



3199^٨
2299 DH 00

CRÉDIT GRATUIT
255,44dh
x 9 mois

للاجرة
Réfrigérateur
beko

310 Litres
Inox
A+
Classe
1an Garantie



5999^٨
4999 DH 00

CRÉDIT GRATUIT
416,59dh
x 12 mois

للاجرة
Réfrigérateur
SAMSUNG

13 Classes
A+
Classe
Silver
2ans Garantie



آلة غسل الأطباق
Lave-vaisselle

beko

16 Classes
A+
Classe
Silver
2ans Garantie



آلة غسل الأطباق
Lave-vaisselle

CANDY

4 Fours
Noir
50x 50cm
1an Garantie



1499^٨
999 DH 00

آلة للطبخ
Cuisinière

ZENYA

4 Fours
Inox
60x 60cm
1an Garantie



1999^٨
1599 DH 00

آلة للطبخ
Cuisinière

ROYAL

CANDY



PLAQUE DE CUISSON

CHW7X
Inox 75cm

ÉCONOMISEZ

400 DHS

1999 DHS
1599 DHS TTC



TRIO

HOTTE ASPIRANTE

CFT610



PLAQUE DE CUISSON

CHW60LX



FOUR ENCASTRABLE

FCS 100 X



ÉCONOMISEZ

1000 DHS

3899 DHS
2899 DHS TTC

MACHINE À LAVER FRONTALE

Cs 1292 Silver
9KG



3999 DHS
3249 DHS TTC

SÈCHE-LINGE

CS V9DF-S
9KG



3299 DHS
2499 DHS TTC

LAVE-LINGE TOP

CST 372



3999 DHS
3499 DHS TTC

FOUR ÉLECTRIQUE

ENCASTRABLE INOX
FCP602



2699 DHS
1999 DHS TTC



18 ^{DH}/₉₅ مسحوق الغسيل 1 كغ
Lessive machine 1kg
JANIS



83 ^{DH}/₉₅

مسحوق الغسيل 4 كغ • منظف 1 لتر باهجان
Lessive machine 4kg
ARIEL



GRATUIT
NETTOYANT
SOL 1L



79 ^{DH}/₉₅
59 ^{DH}/₉₅

سائل منظف الغسيل 1,75 لتر
Lessive machine liquide 1,75L
OMO



116 ^{DH}/₉₅

سائل الغسيل 3 لتر
• منظف للأواني 450 مل باهجان •
منظف 1 لتر باهجان
Lessive machine liquide Downy 3L
ARIEL



GRATUIT
LIQUIDE VAISSELLE
450 ML
NETTOYANT SOL
1L



50%
SUR LE 2^{ÈME}

سائل منظف الغسيل 3 لتر 2x
Lot de 2 bidons de lessive
machine liquide 3L
EL KEF

129 ^{DH}/₉₅



35 ^{DH}/₉₅
28 ^{DH}/₉₅

مسحوق الغسيل 1,5 كغ
Lessive main Downy 1,5kg
ARIEL



50%
SUR LE 2^{ÈME}

مسحوق الغسيل 1 كغ x2
Lessive main 1kg x2
OMO **33** ^{DH}/₉₅



GRATUIT
LESSIVE
MAIN 100G

مجموعة للتنظيف 1 كغ x2
• مسحوق الغسيل 100 غ باهجان •
Lot de 2 savons en pâte multi-usages 1kg
EL KEF

25 ^{DH}/₉₅



12 ^{DH}/₉₅
8 ^{DH}/₉₅

منظف 1 لتر 2x
Lot de 2 nettoyeurs sol 1L
divers parfums
PROSOL



الكف

1 لتر = 1 كغ
5 لتر = 5 كغ
بنفس الثمن

باراكا
من مسحوق المكيبة



الكف LIQUIDE
فعالية الكف الفريدة
و بنفس الثمن

PROSOL

NETTOYANT SOL

NOUVEAU





55 DH 95
le lot de 2

**1 acheté
le 2^{ème}
à 5DH**

Lot de 2 nettoyeurs
sol et parquet 1L
CAROLIN



10 DH 50

ماء جافيل 2,5 لتر
Eau de javel 2,5L
JANIS



12 DH 95

Gel détartrant 1L
JANIS

غلاف بلاستيكي 30 متر
Film alimentaire 30m

6 DH 50

JANIS



6 DH 50

ورق الألومنيوم 8 متر
Papier aluminium 8m
JANIS



19 DH 95

أكياس التجميد
20 sacs de congélation 25x30cm
JANIS

NOUVEAU

24 DH 95

أكياس التجميد
15 sacs de congélation 30x40cm
JANIS



متنايل ورقية 4x
Lot de 4 essuie-tout, 2 plis
SANY

12 DH 95



28 DH 95

متنايل ورقية
Essuie tout multi-usages MEGA
400 feuilles, 2 plis
JANIS



84 DH 95

هدية

**GRATUIT
LINGETTES
DALAA**

64 حفاظات للرضع
64 couches Jumbo
Pack Maxi
DALAA



متنايل ورقية 4x
Papier hygiénique, 3 plis, 4 rouleaux
JANIS

12 DH 95



متنايل ورقية 3x
Lot de 3 boîtes de mouchoirs
300 feuilles
DALAA

17 DH 50



احمي عائلتك من

100

نوع من الجراثيم



كوني متأكدة 100%



Veet
فيت

استمعي
24 ساعة
بترطيب
يدوم حتى



29%
25 DH 30

مرول العرق
Déodorant
Douceur du Japon
USHUAIA



99%
78 DH 95



Gommage éclat
sucres de soins
L'ORÉAL



2 eaux de toilette pour femme
DORALL

49 DH 95



55%
36 DH 95

شامبو 600 مل
Shampooing 600ml
HEAD & SHOULDERS



صبغة للشعر
Coloration cheveux
CASTING
L'ORÉAL

92%
68 DH 95



Lot de 2 solutions
micellaires 400ml
GARNIER

71 DH 95

50%
SUR LE 2^{ÈME}



معجون الأسنان
Lot de 2 dentifrices
soin complet
SENSODYNE

53 DH 95

فرشاة للأسنان
Brosse à dents
électrique VITALITY
ORAL-B

178 DH 95



صابون سائل 500 مل
Savon liquide main 500ml
divers parfums
PRESTO

7%
6 DH 50

AVEC
Crunchips
C'EST
LA FÊTE



FÊTE FIN D'ANNÉE, POUR BRILLER DE MILLE FEUX !

Les fêtes de fin d'année approchent ! C'est l'occasion de briller mais sans en faire trop. Tenue, coiffure, maquillage ou encore accessoires... Quelles sont les tendances à adopter pour finir l'année en beauté ?

Les fêtes de fin d'année sont des moments très attendus, au cours desquels on a envie de se mettre sur son trente-et-un. C'est le moment d'oser des tenues que l'on ne porte pas en temps normal. Pantalon, robe, jupe... L'important est de choisir une tenue où vous vous sentez à l'aise tout en veillant à bien choisir sa couleur. Les incontournables pour les fêtes sont le noir, argenté, doré ou encore le rouge qui reste le meilleur pour une telle occasion.



UNE COIFFURE SUR-MESURE

Pour les fêtes de fin d'année, les coiffures les plus simples sont les meilleures. Chignon, brushing, boucles... l'important est de chercher ce qui vous mettra le plus en valeur.

Pour les cheveux longs, il existe un tas de coiffures tendances et surtout faciles à réaliser. Parmi les plus élégantes, le chignon bas ou fixé en haut de la tête, la couronne de tresse ou encore la queue-de-cheval haute lisse qui revient au goût du jour. Si vous êtes adeptes des cheveux lâchés, optez pour l'ultra-lisse. Vous n'aurez besoin que d'un fer à lisser.

Les accessoires « cheveux » tels que les bandeaux ou les barrettes peuvent donner un bel effet sophistiqué à votre coiffure. Une seule règle : choisissez un modèle assorti à votre robe.



UN MAQUILLAGE OSÉ MAIS DOSÉ

On commence par dissimuler les imperfections. L'application d'un hydratant avant le fond de teint est fortement recommandée. Vient ensuite le fond de teint adapté à la couleur de votre peau avec une couvrance ajustable. Pour un maquillage de soirée réussi, ne mettez en valeur qu'une partie de votre visage : les yeux ou la bouche.

Pour les yeux, l'eye-liner est votre meilleur allié pour donner de l'intensité à votre regard.

Pour un effet chic, appliquez un fard à paupière un peu nacré à la base de la paupière mobile. Optez pour une palette de fards sombres avec du noir, du gris ou du bleu nuit. Le mascara doit être « volumateur » mais aussi allongeant.

Quant au rouge à lèvres, le rouge glamour reste tendance pour le show de fin d'année. Utilisez de préférence un contour des lèvres waterproof pour une tenue longue durée. Puis appliquez le rouge à lèvres en le fondant au contour des lèvres.



Astuces
- Privilégiez des matières mates pour une tenue plus longue.
- Hydrater votre peau deux à trois jours avant le soirée pour un maquillage qui tient plus longtemps.

MODE HIVER

Echarpe
154[€]

Veste mouton
429[€]

Bottines
364[€]

STYLÉE
DE LA TÊTE AUX PIEDS



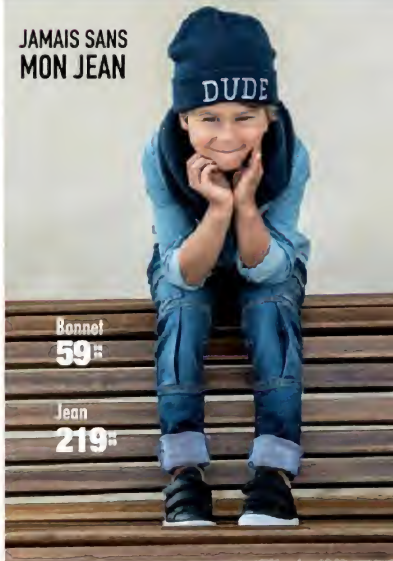
100% CHIC

Veste en daim
599[€]

**JAMAIS SANS
MON JEAN**

Bonnet
59[€]

Jean
219[€]





Pull col roulé
154=

Pull en grosse maille
219=



Veste en fausse fourrure
429=



Pantalon à bandes **189=**



Sac bandoulière
219=



Sac
189=



Bottines scratchées
pour garçon
274=



Ballerines
189=

LOOK DECONTRACTÉ



Gilet matelassé
299=

Chemise
189=

Jean
239=

Ambiance cocooning



159^{dh}

139^{dh}

غطاء 150x200 سم

Plaid Jacquard uni 150x200cm

240x220cm : 259,90 **229,90dh**



299^{dh}

259^{dh}



غطاء 180x220 سم

Couette double face polaire imprimée/unie

180x220cm

220x240cm : 299,90 **259,90dh**



غطاء 180x220 سم

Couette double face polaire imprimée/mouton

180x220cm

220x240cm : 339,90 **299,90dh**

439^{dh}

379^{dh}



غطاء 220x240 سم

Couette flanelle imprimée/mouton

240x220cm



غطاء 180x220 سم

Couette double face flanelle unie/mouton 180x220cm

220x240cm : 399,90 **359,90dh**

349^{dh}

309^{dh}

149^{dh}
129⁹⁰



غطاء 150x200 سنتيم
Ploid velours imprimé 150x200cm
200x240cm : 219,90 **189,90dh**

199^{dh}
169⁹⁰



غطاء 150x200 سنتيم
Ploid velours uni
avec pompon 150x200cm

259^{dh}
229⁹⁰



غطاء 150x200 سنتيم
Ploid double face mouton
150x200cm

319^{dh}
299⁹⁰



غطاء 200x240 سنتيم
Couverture unie
200x240cm
diverses couleurs

99^{dh}
79⁹⁰



وسادة 50x50 سنتيم
Coussin Jacquard
50x50cm

59^{dh}
49⁹⁰



زريبة 40x60 سنتيم
Paillasson 40x60cm
45x75cm : 79,90 **69,90dh**
divers modèles

109^{dh}
89⁹⁰



زريبة 67x120 سنتيم
Topis velours 67x120cm
80x150cm : 159,90 **129,90dh**
120x160cm : 239,90 **209,90dh**
140x190cm : 329,90 **299,90dh**



فوطية 30x30 سنتيم
Serviette 30x30cm 450g PREMIUM
30x50cm : 11,90 **9,90dh**
50x90cm : 35,90 **25,90dh**
100x150cm : 39,90 **89,90dh**



8^{dh}
7⁹⁰



فوطية 30x30 سنتيم
Serviette 30x30cm 500g LUREX
30x50cm : 14,90 **12,90dh**
50x90cm : 39,90 **35,90dh**
100x150cm : 129,90 **109,90dh**



10^{dh}
9⁹⁰



5299^{dh}
4499^{dh}

Salon LOUNA
240x240x80cm

GRATUIT
POUF
80x80cm



899^{dh}
549^{dh}

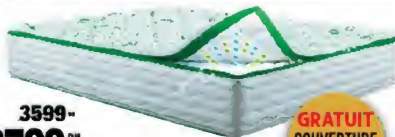
فراش 90x190 سنتيم

Matelas Almounia 90x190cm

140x190cm : 1199,90 **949,90dh**

160x190cm : 1349,90 **1099,90dh**

SAIDOR



3599^{dh}
2799^{dh}

فراش 140x190 سنتيم

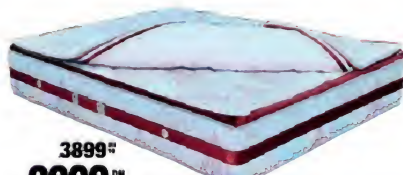
Matelas BIO ENERGY 140x190cm

160x190cm : 4199,90 **3699,90dh**

160x200cm : 4599,90 **3999,90dh**

180x200cm : 5599,90 **4999,90dh**

GRATUIT
COUVERTURE
220x240
CM



3899^{dh}
2999^{dh}

فراش 140x190 سنتيم

Matelas sans ressort BioRest, 100% mousse, 140x190cm

160x190cm : 4499,90 **3499,90dh**

160x200cm : 4999,90 **3999,90dh**

180x200cm : 5899,90 **4999,90dh**

SAIDOR



239^{dh}
219^{dh}

كرسي

Chaise blanche ou marron

Chaise avec accoudoir : 349,90 **319,90dh**

في فصل الشتاء.. إليك أفكاراً لألوان تشعرك بالدفء.

في فصل الشتاء نحتاج إلى استخدام ألوان وديكور يمنحان الشعور بالتجديد والاطاقة الإيجابية داخل المنزل. إليك بعض الأفكار و الامسات التي يمكنك إضافتها لتتغري دفي الشتاء في منزلك.

مع بداية فصل الشتاء، يبدأ التكيف في الطرق المناسبة لتدفئة المنزل، من الطرق السهلة وأفضل كلفة، الإعتماد على بعض الألوان التي تمنح المكان الجمال والشعور بدرجة حرارة عالية، تأتي الألوان الترابية على رأس ألوان الشتاء الدافئة، والتي تحتوي على درجات البيج والبنّي والمسلمي ويمكن استخدامها في ألوان الجدران وتنسيقها مع الديكور بطريقة مميزة.

يلصم بأن يكون لون الجدار بيج، بينما تكون المنسوجات والديكور بالألوان الفاتحة خاصة اللون البني، بينما تكون ألوان الأثاث بدرجات مختلفة ومناسبة، حيث أن ذلك سيهبطي الفرفة شكلاً متناسقاً وجذاباً ويوصي بالدفء.

كما توجد الألوان النارية المشبعة والتي تتميز بالقوة والدفء مما مثل الأحمر والبرتقالي حيث يمكنك مزجها مع ألوان هادئة لتضيف لمسة عصرية على منزلك. يلصم باستخدام الألوان النارية في غرف النوم خاصة عند اختيار

أغطية الأرائك والسرير التي سيتم استخدامها في فصل الشتاء، اللون الأزرق الداكن واللون الأبيض من أكثر الألوان رواجاً هذا الموسم يلجأ إلى استخدام هذه الألوان الأشخاص الذين يحبون أجواء الثلوج.

إضافة القليل من اللون الأصفر إلى ديكورك من شأنه إضفاء أجواء الدفء والحميم والتفاؤل إلى منزلك، ولكن عليك الحذر من زيادة تلوّن منزلك باللون الأصفر، فذلك يؤدي إلى انعكاس المزيد من الضوء الأمر الذي يؤدي إلى إرهاق وإزعاج العين.

عند اختيار ديكورات وأثاث فصل الشتاء فإنه يلصم بأن تكون الستائر ذات ألوان غامقة، بحيث تكون قادرة على امتصاص حرارة الشمس وإبقائها داخل الغرفة.

أما عند انتقائنا لتأنيوان، فمن الممكن اختيار لون واحد أساسي للغرفة علي أن يتم من خلال تحديد باقي الألوان المستخدمة في المفروشات.





2499^{FR}
1999 ^{DH 95}

**Segway tubeless
 10 pouces bluetooth**

Autonomie : 12 à 20 km
 Vitesse : 12 km/heure
 Charge max : 100 kg
 Temps de charge : 2 à 3 heures
 Afficheur et télécommande inclus



Roue abdominale
 pour l'entraînement

79^{FR}
69 ^{DH 95}

99^{FR}
79 ^{DH 95}

Barre fixe démontable
 de musculation



1799^{FR}

1299 ^{DH 95}

**Trottinette électrique
 8 pouces**

Autonomie : 10 à 20 km
 Vitesse : 18 km/heure
 Charge max : 85 kg
 Temps de charge : 3 heures



**Hoverboard
 8 pouces bluetooth**

Autonomie : 10 à 20 km
 Vitesse : 12 km/heure
 Charge max : 100 kg
 Temps de charge : 2 heures



1799^{FR}
1399 ^{DH 95}

Chariot de course divers modèles

159^{FR}

119 ^{DH 95}



Chariot de course
 en jute

249^{FR}

199 ^{DH 95}



NOUVEAU

**PURIFIEZ VOTRE CUIR CHEVELU,
PURIFIEZ VOTRE ESPRIT !**

SAMSUNG

Toutes les occasions sont bonnes pour bénéficier des offres* Samsung

Du 20 décembre 2019 au 10 janvier 2020

QLED



55Q60R

10 490 ~~15 990~~

- 100% volume de couleur
- Smart TV

UHD



65NU7090

9890 ~~12 590~~

- 4K
- Smart TV
- HDMI / USB

FULL HD



43J5202

3790 ~~4290~~

- Smart TV
- Récepteur Intégré

UHD



58RU7100

7290 ~~9890~~

50RU7105SX

4999 ~~5290~~

- 4K
- Smart TV
- Bluetooth

UHD



75RU7100SX

15 990 ~~20 990~~

HD / Récepteur intégré

1590 ^{DH}₀₀



تلفاز 32 بوصة
LED 32" TB2000

Skyworth

Full HD / Smart TV / Android S

1299 ^{DH}₀₀

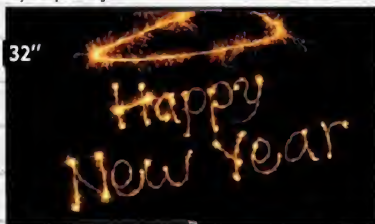


تلفاز 32 بوصة
LED 32" S3

Skyworth

HD / Récepteur intégré

1690 ^{DH}₀₀



تلفاز 32 بوصة
LED 32" D3000

TCL

Full HD / Smart TV / Android

2899 ^{DH}₀₀

CRÉDIT
GRATUIT

241,59dh
x 12 mois



تلفاز 40 بوصة
LED 40" S6500

TCL

Full HD / Smart TV / Android

2299 ^{DH}₀₀

CRÉDIT
GRATUIT

255,45dh
x 9 mois



تلفاز 43 بوصة
LED 43" S3

Skyworth

UHD / 4K / Smart

4490 ^{DH}₀₀

CRÉDIT
GRATUIT

374,17dh
x 12 mois



تلفاز 43 بوصة
LED 43" RU7100

SAMSUNG

Full HD / Smart TV / Android

3690 DH 00

**CRÉDIT
GRATUIT**



307,50dh
x 12 mois

49"

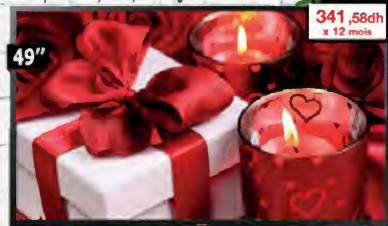
تلفاز 49 بوصة
LED 49" S6500

TCL

Full HD / Smart TV / Récepteur intégré

4099 DH 00

**CRÉDIT
GRATUIT**



341,58dh
x 12 mois

49"

تلفاز 49 بوصة
LED 49" N5300

SAMSUNG

UHD / 4K / Android

4199 DH 00

**CRÉDIT
GRATUIT**



349,92dh
x 12 mois

50"

تلفاز 50 بوصة
LED 50" P8
Existe en **55" : 4899 DH**

TCL

UHD / 4K / Android

7290 DH 00

**CRÉDIT
GRATUIT**



607,50dh
x 12 mois

65"

تلفاز 65 بوصة
LED 65" TK5-65-SM-02

KRÖHLER

55"



5999 DH 00

**CRÉDIT
GRATUIT**

499,92dh
x 12 mois

UHD / 4K / Smart TV
تلفاز 55 بوصة
LED 55" RU7100

SAMSUNG

SONY

X8000G Series

Détails impressionnants et divertissements ultimes



KD-65X8000G

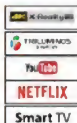
12,499 DHS

KD-55X8000G

7,999 DHS

X7000G Series

Détails et images naturelles



KD-65X7000G

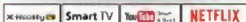
9,999 DHS

KD-55X7000G

6,799 DHS

W660F Series

Netteté et divertissement



KDL-S0W660F

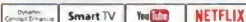
4,599 DHS

KDL-43W660F

3,999 DHS

W600D Series

Haute définition avec plus d'éclat



KDL-32W600D

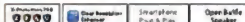
2,799 DHS

R350E/R300E Series

Images plus nettes



*R300E only



KDL-40R350E

2,999 DHS

KDL-32R300E

2,099 DHS

HT-S100F

Barre de Son avec bluetooth



1,399 DHS

MHC-V21

High power home audio system



2,799 DHS

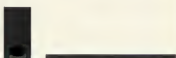
Bénéficiez d'une

remise de 20%

sur la gamme de barre
de son à l'achat de n'importe
quelle télévision

HT-S350

Son surround puissant en 2.1



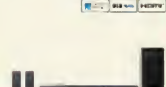
HT-RT40

Son surround puissant en 5.1



HT-RT3

Son surround puissant en 5.1



SAMSUNG

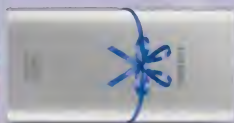
Les offres Aswak de Samsung

Du 20 décembre au 12 janvier

Du 20 Décembre au 5 Janvier
Pré-commandez votre

Galaxy A51 &

recevez gratuitement
une batterie externe



- Écran : 6.5" FHD+ sAMOLED Infinity-O Display
- Processeur : Octa Core Exynos 9611
- Mémoire : RAM : 6 Go / ROM : 128 Go
- Caméra : principale : 48MP + 12MP + 5MP + 5MP
frontale : 32 MP
- Batterie : 4300 mAh



Batterie externe sans fil
& Pochette offertes



2749 999

Galaxy A30s

- Écran : 6.4" HD+ Super AMOLED Infinity-V Display
- Mémoire : RAM : 4 Go / ROM : 128 Go
- Caméra : Principale : 25 MP + 5 MP + 8 MP (Ultra Wide)
Frontale : 16 MP



1990 999

Galaxy A20s

- Écran : 6.5" HD+ TFT Infinity-V Display
- Mémoire : RAM : 3 Go / ROM : 32 Go
- Caméra : Principale : 13 MP + 8 MP + 5 MP
Frontale : 8 MP



1490 999

Galaxy A10s

- Écran : 6.2" HD+ TFT Infinity-V Display
- Mémoire : RAM : 2 Go / ROM : 16 Go
- Caméra : Principale : 13 MP + 2 MP
Frontale : 8 MP

Galaxy Note10+ 11 490 999

- Écran : 6.8" 3040x1440 Quad HD+ Dynamic AMOLED
- Processeur : Octa-core Exynos 9825
- Mémoire : RAM : 12 Go / ROM : 256 Go
MicroSD jusqu'à 1 To
- Caméra : principale : 12.0 MP + 12.0 MP + 12.0 MP
+ VA, F1.5/F2.4 (Dual Aperture), F2.2, F2.1, F1.4
frontale : 12.0 MP F2.2
- Batterie : 4300 mAh

Galaxy Note10 9990 999

- Écran : 6.3" 2280x1080 FHD+ Dynamic AMOLED
- Processeur : Octa-core Exynos 9825
- Mémoire : RAM : 8 Go / ROM : 256 Go
MicroSD jusqu'à 1 To
- Caméra : principale : 12.0 MP + 12.0 MP + 12.0 MP
+ VA, F1.5/F2.4 (Dual Aperture), F2.2, F2.1
frontale : 12.0 MP F2.2
- Batterie : 3500 mAh



2990 999

Nouveau prix

2749 999

TAB A 10"

- Écran : 10.1" WXGA (2000 x 1200) TFT
- Mémoire : RAM : 2 Go / ROM : 32 Go
Micro SD jusqu'à 512 Go
- Caméra : Principale : 8MP AF
Frontale : 5MP



1749 999

TAB A 8"

- Écran : 8.0" WXGA (1280 x 800) TFT LCD
- Mémoire : RAM : 2 Go / ROM : 32 Go
Micro SD jusqu'à 512 Go
- Caméra : Principale : 8MP AF
Frontale : 2MP



Kids Cover
offerte



5249 999

Nouveau prix

4990 999

TAB S5e

- Écran : 10.5" 2560x1600
(21:9) Super AMOLED
- Processeur : Qualcomm SDM 670
(7 nm 2.0 GHz + Hexa 1.7 GHz)
- Mémoire : RAM : 4 Go / ROM : 64 Go
- Batterie : 7040 mAh
(4.5 heures de vidéo playback)

* Prix de vente public recommandé. Dans la limite de stock disponible

www.samsung.com



3999 DH
00

Reno 2F
6,5" HD
MTK Helio P70+
Game boost 2.0
16Mp Quad camera
8Go/128Go
4000 mAh

Reno 2 : 5799DH

► NOUVEAU

2399 DH
00

A5 2020
6.5"

Snapdragon 665+
GameBoost 2.0
12Mp Quad camera
4Go/128Go
5000 mAh



GRATUIT
SOUND BOX
BLUETOOTH
T&G



899 DN 00

**Tablette
FAST A6**
7" HD IPS
Quad-Core
1G/8Go

ACCEPT

199^{DH 00}

Casque bluetooth
sans fil
ZIVA TRUST



Disque dur Smartdisk 500Go
VERBATIM

Existe en **750Go : 599DH**



5899DHS

IdeaPad S145

Conçu pour durer



© 2004 Blackwell Publishing Ltd *Journal of Internal Medicine* 255: 103–110



Source: <http://www.fishbase.org>. Date accessed: 12/10/2010. Date of publication: 12/10/2010.

IdeaPad S145



Processeur : Intel® Core™ Celeron
Système d'exploitation : Windows 10
RAM : 4G
Stockage : 1To

3199^{DHS}

Processor Intel® Core™ i7-960

IdeaPad 130



- Processeur : Intel® Core™ 3
- Système d'exploitation : windows 10
- RAM : 4G
- Stockage : 1To

4299DHS



Processor Intel® Core™ i3

توقعات الأبراج لسنة 2020

برج الحمل

من 21 مارس إلى 20 أبريل

هذا العام يمثل بداية دورة جديدة في حياة برج الحمل، إذ سيتوجب اتخاذ قرارات مهمة قد تغير مسار الحياة الشخصية والعائلية، فتحتل بالشفقة والشجاعة لمواجهة الصعوبات. عندما ترى أنك على مفترق طرق، فكر بهدوء، واتخذ على عدم التردد.



برج الثور

من 21 أبريل إلى 21 مايو

بشهد موليد برج الثور في العام 2020، تغيرات كبيرة في حياتهم. هذه السنة ستكون مناسبة للاستثمار في منزل أو سيارة فاخرة كانت مريحة في قفلة أملاكك لفترة طويلة. عليك بالتأني وعدم التسرع للجنب الخلافات في المجالات الشخصية والمهنية.



برج الجوزاء

من 22 مايو إلى 21 يونيو

سيكون عام 2020 عامًا مليًا بالسلطة لموليد برج الجوزاء، بشهد شهر بلهجو، يملك من تجميع حيلك المهنية وإجراء تغييرات إذا لزم الأمر. إنك والتشاور مع من تثق به وركز صلاتك في الأمور ذات أهمية القصوى.



برج السرطان

من 22 يونيو إلى 22 يوليو

سيفتح هذا العام أحداثًا مختلفة لموليد برج السرطان. على الرغم من الصعوبات التي تعترض طريقك، ضاعف من مستوى تفكيرك، فلسف، ضع طموحك في المقدمة وأعمل بصافته متخذة سعيًا للتفوق في حياتك المهنية والشخصية.



برج الأسد

من 23 يوليو إلى 22 أغسطس

إمام موليد برج الأسد فرضا جديدة في العام 2020، استمر أيها الأسد في دفع نفسك بقوة نحو الأمام. وواجه المهام الصعبة بالكشف عن قدراتك الخفية. هذه سنة مناسبة للنهوض من أجل الصعود لأهدافك. عليك بالتركيز أكثر والتخلي بالخير والمثابرة لتحقيق طموحاتك.



برج العذراء

من 23 أغسطس إلى 22 سبتمبر

عام 2020 بالنسبة لبرج العذراء، سيكون عام الفرص والمواجهات. بصرف النظر عن مجال اهتمامك، ستكون قادرًا على تمييز الأشياء بدقة أكبر و سيساعدك نهجك الاستراتيجي وشجاعتك في تحقيق طموحاتك المهنية. كن واثقًا و تجنب كثرة التحليل.



برج الميزان

من 23 سبتمبر إلى 22 أكتوبر

يدعو عام 2020 أكثر إشراقًا لموليد الميزان. تجنب اتخاذ القرارات المسرعة لتحقيق النجاح في المجال المهني والشخصي. ولكن من الأفضل بل فكر وتدر ثم قرر. ومن أجل تحقيق الاستقرار المالي، يجب الحد من المصايف في التذير. الانفعال.



برج العقرب

من 23 أكتوبر إلى 22 نوفمبر

بالنسبة لبرج العقرب، أكثر الإشراق في العام 2020 سنة تغيرات مهمة مرتبطة على المستوى المهني. قد تمثل بترقية أو رفع راتب. لكن عليك أيضًا الحذر من التمرير والتفكير بتأثيرات منطوية وتحليلية قبل المفاصلة في اتخاذ القرارات الحاسمة المتعلقة بحياتك الشخصية.



برج القوس

من 23 نوفمبر إلى 21 ديسمبر

يحمل عام 2020 فرضا جديدة لبرج القوس، لإثبات نفسه في الساحة المهنية. لا تدع صواخف وتحولات المزاجية تؤثر على القرارات الرئيسية المتعلقة بالأسرة. كن عمليًا ومتوترًا في تعاملات مع الضحايا الشخصية والمهنية.



برج الجدي

من 22 ديسمبر إلى 20 يناير

يزيل هذا العام جميع الصعوبات باتجاه أهدافك في الحياة المهنية. جهودك المؤثرة ستؤدي لنتائج في الوقت المناسب. خطط للاستثمارات طويلة الأجل بعهد الفترة. لا تسر بتأني والتفكير قبل المفاصلة في الصفقات المالية الكبرى ولا تكن متفهدًا فيما يخص الأسرة والمعاملات الشخصية.



برج الدلو

من 21 يناير إلى 18 فبراير

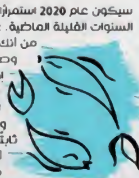
في عام 2020، يرحل العمل باتجاه إشراقه و يشهد الدلو تطورًا كبيرًا في حياته المهنية. ثق بنفسك وواصلاتك. وواجه الحياة بتفائل. حاول أن تكون منطقيًا وأن تحلل بالواقعية. فخطوة الحكمة والحذرة ستجنب لك الخط السعيد.



برج الحوت

من 19 فبراير إلى 20 مارس

سيكون عام 2020 استمرارًا لجهود السنوات القليلة الماضية على الرغم من أنك واضح وصريح. احرص على أن لا تؤثر الآخرين وكن ثباتًا لتحقيق أهدافك. هي مفتاح نجاحك هذه السنة.



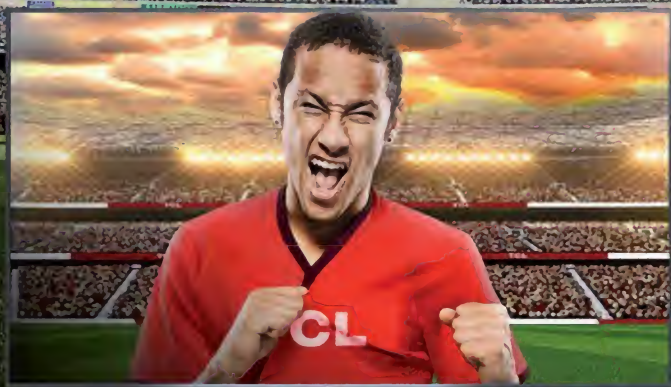
TCL

GLOBAL
TOP 2
TV CORPORATION
IN 2019 BY IHS

4K UHD TV **AI IN** · P8M

BEYOND BIGGER
androidtv

75"
12 990 ^{DH} _{TTC}
~~19 999~~ ^{DH} _{TTC}



NEYMAR JR.
TCL GLOBAL BRAND AMBASSADOR



CODE

NOUVELLE COLLECTION HIVER



PRIVILÈGES FIDÉLITÉ

Remise*
immédiate

-5%



Avec votre
carte de fidélité

Remise*
immédiate

-10%



Avec votre
carte GOLD

* Remises valables du 20 au 31 décembre 2019,
non applicables sur les articles en promotion.



أسواق السلام
aswak assalam